1）闭上眼睛脑海中从噪点中集中聚亮点

2）用眼睛看快落山的太阳光 注意眼睛聚集噪点（ 在刚要睡着的时候，用闹钟提醒脑部神经醒来激活松果体（这个不健康）

3）听YouTube开天眼音乐

4）吃奇怪的生物 如乌鸦眼睛喝牛的眼泪（不推荐）

请查阅互联网找到最正确最健康的方式来开！！！

麻烦您看看下列图标，对脑视觉传输应该有积极作用，请帮忙留意这几个词 美国共济会 美联储

